



DA MONTECARLO A TRIESTE ATTRAVERSO LE ALPI

ATTRAVERSARE L'ITALIA DA PARTE A PARTE NON È SOLO UN TREKKING LUNGO 2000 KM

TESTO E FOTO DI MILENA DALLA PIAZZA, VALERIO SANI E FRANCESCO BRISTOT - WWW.AVVENTURALPINA.COM

“Un fiero sorriso mi sfiora le labbra
se penso a ciò che sto per fare
La scarpa giusta, lo zaino in spalla
a piedi da un mare a un altro mare...”

Inizia così “l'inno all'Avventura Alpina” ed inizia così l'avventura alpina stessa: con un sogno. E che cos'è un sogno, se non un frammento di poesia? Valerio Sani, 63 anni, e Milena Dalla Piazza, 59 anni, accompagnati da Luk, femmina husky di tre anni, da un mare (Montecarlo) ad un altro mare (Trieste), attraversando a piedi le Alpi per un totale di circa 2.000

chilometri e 100.000 metri di dislivello: un sogno realizzato, nato attorno al fuoco del larin del Ristorante “Alla Stanga” dalla fusione di un'idea di Milena e di un'esigenza fisica di Valerio. Entrambi membri da sempre del CAI di Belluno, entrambi appassionati sportivi con all'attivo maratone, mezze maratone, ultramaratone – soprattutto in montagna – e d'inverno scialpinismo e granfondo, entrambi affascinati da questa un'impresa. Per Milena è il puro e semplice richiamo dei sentieri, un impulso nato anni prima venendo a conoscenza della Via Alpina e radicatosi dentro giorno dopo giorno, al punto che sarebbe partita con lo zaino in spalla dalla porta di casa. Per Valerio si tratta di un qualcosa di più delicato e complesso: nel 2007 viene colpito

- 1» Pernottamento a quota 2000 tra la Valle di Lanzo e la val dell'Orco //
- 2» Al Colle del Thures tra Navache e Bardonecchia //
- 3» Milena, Valerio e Iuk lungo la salita al Colle Scatta Minoia //
- 4» Notre Dame du Charmaix (anno 1401) nei pressi di Modane //



da una insufficienza renale acuta che presto si aggrava fino a divenire cronica. Le conseguenze sono un ristretto regime alimentare e la quasi totale assenza di attività fisica: percorrere un chilometro diventa un'impresa di quasi mezz'ora. Ma Valerio non demorde e, gradatamente, riprende ad esercitare un'attività costante. Contrariamente a quanto normalmente consigliato in questi casi, l'esercizio non aggrava le sue condizioni ma anzi sembra leggermente migliorarle. Il suo caso viene discusso al Congresso Nazionale di Nefrologia tenutosi a Pordenone l'8 ottobre 2008. Sullo stesso argomento, nel marzo del 2009, la d.ssa Francesca Della Bianca si specializza in Medicina dello Sport. A questo punto l'esigenza scientifica diventa quella di sottoporre Valerio ad un lungo periodo di attività fisica intensa, verificandone periodicamente le condizioni. Ed è qui che il percorso vitale dei due amici converge e si fonde definitivamente: nasce Avventura Alpina.

L'idea era quella di percorrere la Via Alpina, un concatenamento di sentieri in quota che collega il Principato di Monaco a Trieste, introducendo però una variante che avrebbe permesso l'attraversamento della Provincia di Belluno. Ciò è stato realizzato solo in parte a causa della presenza di grandi quantità di neve soprattutto nelle Alpi Occidentali.

Dopo la partenza da Montecarlo attraverso le Alpi Francesi arrivano in Piemonte valicando il passo di Moncenisio. Toccando le valli di Susa, Lanzo, Locana, Canavese e i paesi Walser di Alagna, Rima, Rimasco, Fobello, e giungono in Svizzera, a Robiei, partendo dall'Alpe Devero per poi proseguire attraverso il Canton Ticino, i Grigioni e l'Engadina. Lasciata ancora una volta la Via Alpina si dirigono verso Sud e attraversato il Trentino (Parco Adamello-Brenta e Lagorai) giungono a San Martino di Castrozza. Da qui l'attraversamento della Provincia di Belluno fino a Sappada. Ancora pochi chilometri a Nord e innestandosi nella Traversata Carnica entrano in Austria e quindi nuovamente nella Via Alpina. A Ratece, il primo paese sloveno dopo Tarvisio, iniziano la discesa verso sud che, attraverso il Parco del Triglav e il Carso, li porta a Trieste.

Sei nazioni, quattro lingue nazionali e numerosi dialetti locali,



un viaggio nella storia, nella cultura, nell'arte, nella natura alla scoperta del territorio, di sé stessi e di una conferma della possibilità di convivere con una malattia molto diffusa che devasta la qualità della vita e che offre come unica soluzione il trapianto di organo.

È una partenza che già di per sé simboleggia il lasciarsi alle spalle caos, inquinamento, per immergersi invece in una natura più o meno incontaminata e nell'esperienza globale di un cammino che travalica i confini del significato atletico e scientifico dell'impresa per entrare invece nell'ambito più intimistico. La voglia di vedere, di toccare, di annusare, di gustare, di ascoltare, di vivere – nel senso più completo e profondo del termine – tutto quanto li circonda, si riflette nello spirito gagliardo con cui affrontano difficoltà non da poco, quali deviazioni di percorso,



5



6

pioggia o slavine. Dal punto di vista fisico, dopo i primi giorni di assestamento, i corpi già abbondantemente allenati si abituano gradualmente alla situazione fino a far percepire lo zaino (15 kg) meno pesante, le spalle ed i piedi come sempre più robusti e le gambe sempre più "allegre". Un'allegria semplice, spartana, genuina, che si manifesta persino nel menù di compleanno di Milena, festeggiato a Bramans dopo i primi 300 km percorsi: mezza baguette con formaggio turco e acqua di sorgente.

Il paesaggio che si offre agli occhi dei due viaggiatori nell'arco dei 90 giorni che sono serviti a portare a compimento l'impresa è quanto di più variegato si possa immaginare. Dalla macchia mediterranea presente della partenza e dell'ultimo tratto che precede Trieste, ai boschi rigogliosi a bassa quota delle prime tappe, allo splendore delle Dolomiti, ai paesaggi lunari dell'altopiano delle Pale di San Martino e del Parco Nazionale del Tri-



glav in Slovenia, fino a montagne sempre più alte ed impervie con valichi coperti di neve e tracce di un inverno che non se ne va mai completamente. Passaggi arditissimi, fiabeschi addirittura (il Dente della Strega, per citarne uno...), difficilmente descrivibili a chi non li abbia mai avuti davanti agli occhi. Un esempio? L'attraversamento in quota sopra la Val di Susa: sotto la mulattiera 1.500 metri di dislivello per raggiungere la suddetta valle, sopra, altri 1.500 metri di montagne avvolte dalla nebbia.

Lupi, marmotte, pernici, lepri, camosci, stambecchi, rapaci e insetti d'ogni tipo li accompagnano ed incuriosiscono Iuk. Cieli sempre diversi, da un blu così intenso da essere quasi palpabile al grigio delle piogge (per fortuna scarse: la prima vera si è avuta dopo 43 giorni) al nero dei temporali (ancora più rari) alle indescrivibili pennellate infuocate dei tramonti e delle albe. Acqua, preziosa indispensabile amica, in tutte le sue forme: dal candore della neve ai cristallini laghi alpini a torrenti spumeggianti che precipitano per centinaia di metri sotto forma di roboanti cascate (l'esempio più imponente è la Cascata Nardis nella Val Genova) oltre ovviamente al mare della partenza e dell'arrivo. E insediamenti umani, borghi, villaggi, città visitati e vissuti con una partecipazione sconosciuta ad un semplice turista. Nelle Valli di Vésubie, Tinée, Formazza Bavona, San Luciano, Visdende con i paesi di St. Etienne, St. Dalmas Le Selvage, Novalesa, Gares, Hidrija oppure lungo la mulattiera che conduce da Pont St. Martin a Issime, immagini di campanili, torri, cinte murarie, chiese, vicoli stretti e ciottolosi; e fantasiose meridiane solleticano il loro interesse con echi di un passato ancora vivo, di un medioevo che parla a chi lo sa ascoltare, al suono bucolico dei campanacci anziché dei clacson. Ed infine ci sono le "chicche", uniche al mondo, come il treno del Bernina - dichiarato "patrimonio Mondiale dall'UNESCO nel 2008 - oppure la mappa stellare risalente a circa 6.000 anni fa ma scoperta solo di recente sopra Lillianes, rappresentante su una pietra la costellazione delle Pleiadi.

In alcuni tratti, ad esempio nei 23 km percorsi a quota 2.100-2.200 metri sulle creste di confine nella zona del Moncenisio, il piede posa ora sul suolo francese ora sul suolo italiano, come nella traversata Carnica ora in quello austriaco ora in quello friulano, dimostrando che la Natura non ha confini se non quelli che lei stessa impone.

E a rappresentare la Natura e le sue esigenze ci pensa Iuk, il mansueto husky che ha accompagnato fedelmente Valerio e Mi-

